



PROGRAMA MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



TIPO DE CARDÁPIO: Ensino Inf. Creche		TIPO DE ENSINO: Creche			PERÍODO: Integral	
CONSUMO: 23/01/2023 a 27/01/2023		FAIXA ETÁRIA: 1-3 anos (70%)				
REFEIÇÃO	23/01/2023 2º FEIRA	24/01/2023 3º FEIRA	25/01/2023 4º FEIRA	26/01/2023 5º FEIRA	27/01/2023 6º FEIRA	
Café da manhã 07:00 – 08:00	Biscoito salgado Leite	Pão vegano Leite	Biscoito salgado Leite	Bolo caseiro de banana (sem açúcar) Leite	Pão caseiro com manteiga Leite	
Almoço 10:00 – 11:00	Arroz Feijão Ovos mexidos com abobrinha e tomate Salada de repolho Maçã	Arroz Feijão Carne moída com chuchu Salada de pepino Abacaxi	Macarrão Molho com carne moída Salada de alface Salada de frutas (banana, laranja, maçã e mamão)	Arroz Feijão Carne em cubos com legumes Salada de escarola com tomate Pera	Arroz Feijão Carne moída com batata Salada de beterraba Bolo caseiro de abacaxi com banana (sem açúcar)	
Lanche 13:00 – 14:00	Bolo caseiro de maçã com banana (sem açúcar) Leite	Biscoito salgado Leite	Pão caseiro com manteiga Suco de uva integral	Biscoito salgado Leite	Torta salgada caseira Recheio de abobrinha com tomate Suco de uva integral	
Jantar 15:00 – 16:00	Macarrão Molho com carne moída	Sopa com mandioca abóbora, abobrinha e couve Gema de ovo	Arroz Feijão Carne em cubos com legumes	Sopa com batata, ervilha abóbora, chuchu e couve Carne moída	Risoto com carne moída, cenoura e tomate Feijão	

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 1-3 anos (70%)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)		Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
806,50	107,95	53,54%	31,55	15,65%	28,57	31,88%	141,83	40,34	299,61	4,01

Fonte: * TACO 4ª Edição 2011. / * Tabela de composição nutricional dos alimentos IBGE 2011. / * Rótulos e fichas técnicas de alimentos.

CONSIDERAÇÕES

A fruta servida deverá ser de acordo com seu estado de maturação (madura), mas deverá ser servida até o próximo recebimento de hortifrúti
Bolo caseiro: sem lactose, conforme Receituário Padrão do Programa Municipal de Alimentação Escolar.
Cardápio sujeito a alterações
Horário sugerido das refeições
Cardápio elaborado conforme Resolução nº06, de 08 de maio de 2020.

Maria Helena Antonicelli
CRN3 5698
Responsável Técnica - Nutricionista
Prefeitura Municipal de Campinas